

## Bevalling en kraambed

Wij heten u van harte welkom in het Moeder Kind Centrum. Om u wegwijs te maken geven wij u in deze folder enige informatie. Het Moeder Kind Centrum bevindt zich op onze locatie Almelo en wordt onderverdeeld in drie klinische afdelingen: afdeling geboorte, afdeling moeder en kind en de afdeling kind en tiener.

Deze informatiefolder heeft betrekking op de afdeling geboorte en de afdeling moeder en kind. Deze afdelingen bevinden zich op de eerste etage op onze locatie in Almelo, route 1.2.

Een bevalling is een belangrijke en emotionele gebeurtenis. U zult waarschijnlijk heel wat vragen hebben, vooral wanneer u voor het eerst in verwachting bent. In deze folder kunt u nalezen wat bij een bevalling van belang is. De adviezen zijn erop gericht de bevalling voorspoedig te laten verlopen. Wanneer u weet wat er gaat gebeuren kunt u zich beter voorbereiden

### Opleidingsziekenhuis

ZGT is een groot regionaal ziekenhuis. Dit betekent voor u dat er behalve de behandelend arts of klinisch verloskundige, één of twee personen extra aanwezig kunnen zijn bij uw zwangerschapscontroles of uw bevalling. Dit kunnen co-assistenten, studenten verloskunde of arts-assistenten zijn. Zij worden op de afdeling terzijde gestaan door obstetrie- verpleegkundigen, leerling-(obstetrie)verpleegkundigen, stagiaires, kraamverzorgenden, zorg/voedingsassistenten en afdelingssecretaresses. Alle medewerkers van het ziekenhuis dragen een identificatiekaartje waarop hun naam en functie vermeld staan.

### Bevallen in een ziekenhuis

U kunt om verschillende redenen bevallen in het ziekenhuis;

- *Op eigen verzoek/poliklinische bevalling*

Als er geen medische indicatie is, maar u wilt toch in het ziekenhuis bevallen dan kan dit 'op eigen verzoek'. Indien u op eigen verzoek in het ziekenhuis bevalt dan zal uw eigen verloskundige of huisarts de bevalling begeleiden.

- *Medium risk*

Als de kans op problemen rond de bevalling groter is dan normaal dan kan uw verloskundige een 'medium risk bevalling' aanvragen. U bevalt dan in principe onder

begeleiding van uw eigen verloskundige of huisarts. Indien het nodig is, wordt de gynaecoloog ingeschakeld.

- *Medische indicatie*

U bevalt onder de medische verantwoordelijkheid van de gynaecoloog. Deze medische indicatie kan vooraf bekend zijn (bijv. een keizersnee bij een eerdere bevalling), door het verloop van de zwangerschap ontstaan (bijv. een stuitligging) of ontstaan tijdens of direct na de bevalling door complicaties bij moeder of baby (bijv. een niet vorderende baring).

### Voorbereidingen thuis

Tegen de tijd dat u de bevalling verwacht is het verstandig dat u een tas of koffertje met benodigdheden klaar zet.

Tijdens de bevalling is het fijn een gemakkelijk zittend kledingstuk te dragen.

### Wat neemt u mee voor uzelf

- Afsprakenkaart (als u deze al heeft).
- Zorgpas of -polis.
- Uw zwangerschapskaart als u onder controle bent bij de verloskundige.
- T-shirt of pyjamasje om tijdens de bevalling te dragen.
- Nachthemden of pyjama's voor na de bevalling.
- Broekjes (liefst grote maat).
- Beha's (eventueel voedingsbeha's).

#### Almelo

Zilvermeeuw 1

Postbus 7600

7600 SZ Almelo

#### Hengelo

Geerdinksweg 141

Postbus 546

7550 AM Hengelo

 facebook.com/ZGTinfo

 twitter.com/ZGT\_info

 linkedin.com/company/zgt

 youtube.com/user/ZGTinfo

 zgt.nl - zgt.nl/mijnzgt

- Ochtendjas en slippers.
- Toiletartikelen.
- Kleding om te dragen als u naar huis gaat.
- Boek of tijdschrift.
- Fotocamera.
- Benodigdheden zoals kleding en toiletspullen voor uw partner.
- DigiD van uzelf en uw partner (in verband met de mogelijkheid van digitale aangifte van geboorte. Voor meer informatie zie 'aangifte van geboorte' verderop in deze folder).

### Wat neemt u mee voor uw baby

- Rompertjes.
- Truitjes, broekjes.
- Pakjes of warme bovenkleding.
- Eventueel sokjes.
- Jasje en mutsje.
- Dekentje.
- Babyautostoeltje.

### Wanneer komt u naar het ziekenhuis?

Als u op eigen verzoek of met een medium risk in ZGT gaat bevallen, dient u contact op te nemen met uw verloskundige of huisarts als de bevalling begint.

Als u met een medische indicatie in ZGT moet bevallen dan neemt u contact op met de dienstdoende verpleegkundige van locatie Almelo.

### Wanneer moet u bellen?

- Zodra de vliezen breken. Als u vocht verliest waarover u geen controle heeft, dan kan dat betekenen dat de vliezen zijn gebroken. Met gebroken vliezen mag u niet blijven rondlopen. Neem dus bij vruchtwaterverlies contact op met de dienstdoende verpleegkundige. Ook als dit 's avonds of 's nachts is!
- Wanneer de weeën gedurende één tot anderhalf uur regelmatig om de vijf minuten komen. Bij het tweede of volgende kind belt u de dienstdoende

verpleegkundige zodra de weeën om de tien minuten komen.

- Bij vochtverlies en bloedverlies als het meer is dan alleen maar wat slijmerig bloed.
- De weeën te vroeg beginnen in de zwangerschap.
- Als u minder leven voelt.
- U zich niet lekker voelt of als u zich ongerust maakt.
- In alle andere gevallen wanneer u het niet vertrouwt.

### Verlies van slijmprop/tekenen

Tijdens de zwangerschap wordt de baarmoedermond afgesloten door een slijmprop. Wanneer de baarmoedermond week wordt en een beetje opengaat door de voorweeën, kunt u de slijmprop verliezen. U kunt daarbij een beetje helderrood/bruin (=oud) bloed of roze slijm verliezen. We noemen dit 'tekenen'.

De slijmprop heeft géén voorspellende waarde over het exacte moment waarop de bevalling gaat beginnen. Dit is dan ook geen reden om het ziekenhuis te bellen. Wanneer u meer bloed verliest, bijvoorbeeld zoals bij een menstruatie of meer, laat het ons dan weten.

### Breken van de vliezen

Bij tien procent van de vrouwen begint de bevalling met het breken van de vliezen. Sommigen verliezen ineens veel vruchtwater, bij anderen gaat dat met kleine beetjes. U blijft vruchtwater verliezen totdat de baby is geboren. Meestal (70%) komt de bevalling binnen 24 uur op gang.

Zodra de vliezen gebroken zijn, kunt u beter (vanwege het infectierisico) geen geslachtsgemeenschap hebben en niet in bad gaan.

Vruchtwater is doorgaans kleurloos. Door vermenging met wat bloed kan het vruchtwater roze zijn. Ook kunnen er witte vlokjes in zitten. Dit zijn stukjes huidsmeer van de baby.

Soms is de kleur van het vruchtwater groen of bruin. De baby heeft dan al in het vruchtwater gepoept. Als dat het geval is spreken we van meconium houdend vruchtwater. In sommige gevallen betekent dit dat de baby het benauwd heeft gehad. Meestal wordt de baby in prima conditie geboren, maar het blijft een reden voor intensievere bewaking. Daarom blijft uw baby na de geboorte acht uur ter observatie opgenomen in het ziekenhuis.

### Laat weten dat u komt

Als u belt vragen wij het volgende:

- Uw naam/meisjesnaam en geboortedatum.
- De naam van uw gynaecoloog of verloskundige.
- De reden waarom u onder controle staat van de gynaecoloog.

Het is gemakkelijk deze gegevens van tevoren bij de hand te hebben.

Terwijl u onderweg bent naar het ziekenhuis, zoeken wij alvast uw gegevens op. Op die manier kunnen we u zo goed mogelijk opvangen.

Tussen 7:00 en 21:00 uur kunt u de hoofdingang nemen.  
Tussen 21:00 en 7:00 uur mag u zich melden bij de ingang spoedpost aan de zijkant van het ziekenhuis ( volg de borden 'spoedpost!').  
N.B. Bij echte spoed mag u uw auto parkeren voorbij de 2<sup>e</sup> slagboom naast de spoedingang. Bij aankomst in het ziekenhuis meldt u zich eerst bij de receptie van de spoedpost. Zij nemen contact op met de afdeling.

### De afdeling geboorte

#### Wie doet de bevalling?

De klinisch verloskundige of arts-assistent zal de hele bevalling begeleiden, samen met de obstetrieverpleegkundige. Deze hebben regelmatig overleg met de dienstdoende

gynaecoloog en indien nodig zal de gynaecoloog ook zelf bij u komen. U kunt altijd aangeven wat u wel en niet prettig vindt. Maak uw wensen kenbaar, dan kunnen we samen kijken of deze haalbaar zijn (te denken valt aan een geboortepan). Het is belangrijk dat u zich op uw gemak voelt. We leggen u daarom uit wat u kunt verwachten en we proberen u zo goed mogelijk te begeleiden. Indien er voor u onduidelijkheid bestaat over het verloskundig beleid (werkwijze), aarzel niet en vraag om uitleg.

### Op de geboortekamer

In eerste instantie wordt u opgevangen door een verpleegkundige. Zij voert een kort intakegesprek met u. Uw temperatuur, bloeddruk en polsslag worden gemeten. Er wordt bloedonderzoek en/of urineonderzoek gedaan.

Ook maakt de verpleegkundige een cardio toco gram (CTG). Het CTG- apparaat registreert de hartslag van de baby en de weeën. Tijdens de bevalling worden de weeën en de conditie van de baby nauwkeurig in de gaten gehouden. Dit kan zowel uitwendig (via een band om uw buik) als inwendig (via een dun draadje op het hoofd van uw baby). Nadien zal de klinisch verloskundige of arts-assistent bij u komen om inzicht te krijgen in de situatie op dat moment.

### De bevalling

Hoe bij u de bevalling precies zal gaan verlopen, kan niemand u voorspellen. Het kan nuttig zijn hierover iets te lezen of een zwangerschapscursus te volgen. Hieronder volgt informatie over inleiden van de baring en de verschillende fasen van de bevalling.

### Inleiden van de baring

Het kan gebeuren dat de bevalling kunstmatig op gang gebracht moet worden; dit noemen we inleiden.

Een baring kan ingeleid worden door middel van:

- Een 'gel' met weeën stimulerende medicijnen.
- Het inbrengen van een ballonkatheter.
- Het doorprikken van de vliezen.
- Een infuus met weeën opwekkende medicijnen.

Het inleiden gebeurt alleen als daar een aanleiding voor is. Vooraf zal hierover met u overleg plaatsvinden. Welke manier van inleiden gekozen wordt is afhankelijk van de conditie van moeder en baby. Een folder over het inleiden van de baring kunt u krijgen op onze polikliniek en afdeling. U kunt deze folder ook downloaden van onze website [zgt.nl/verloskunde](http://zgt.nl/verloskunde)

## De verschillende fasen van de bevalling

### Ontsluitingsfase

Om de baarmoedermond te openen zijn ontsluitingsweeën nodig. Wanneer de ontsluiting tien centimeter, is begint de uitdrijvingsfase. Weeën worden veroorzaakt door hormonen, oxytocine en prostaglandines. Deze hormonen spelen een belangrijke rol bij de voorbereiding op de geboorte en het opgang brengen van de bevalling. Zij zorgen ervoor dat de baarmoedermond weker, soepeler en korter wordt. Oxytocine zorgt ervoor dat de baarmoederspier gaat samentrekken. De baarmoeder zal zich steeds krachtiger en frequenter gaan samentrekken en het hoofdje van de baby zal de baarmoedermond millimeter voor millimeter open drukken. Het is moeilijk aan te geven hoelang deze fase zal duren. Bij een eerste bevalling duurt het waarschijnlijk langer dan bij een tweede of volgende bevalling. De eerste centimeters duren over het algemeen langer. De weeën zijn dan nog niet heel krachtig en hebben langere tussenpauzes.

Tijdens het krijgen van de eerste centimeters ontsluiting, gebeurt er meer dan alleen de

opening in de baarmoedermond. De baarmoederhals zal eerst korter en weker moeten worden. Dit noemen we 'verstriking'. Wanneer de ontsluiting ongeveer vier tot vijf centimeter bedraagt, komt de bevalling in een stroomversnelling. De weeën doen dan behoorlijk pijn, duren langer en komen meestal om de twee minuten en duren wel een minuut. Gemiddeld vordert de ontsluiting in deze fase met een centimeter per uur. Dit proces gaat veelal gepaard met een slijmerige bloederige afscheiding. Vaak breken de vliezen spontaan, als dit niet gebeurt prikken wij de vliezen door als dat nodig is. De arts of verloskundige beoordeelt regelmatig het vorderen van de ontsluiting door een inwendig onderzoek.

Tijdens de ontsluitingsfase kunt u van alles doen om de weeën op te vangen; rondlopen, zitten, liggen, in bad of onder de douche gaan.

### Pijnbestrijding

Een bevalling gaat met pijn gepaard. Doorgaans is die pijn goed te verdragen, al zal iedere barende wel momenten kennen waarin ze het niet meer ziet zitten. Veranderen van houding en een opbeurend gesprek kunnen weer energie geven. Een warm bad of een warme kruik biedt in veel gevallen verlichting.

Soms is dat alles niet voldoende en is er medicamenteuze pijnstilling nodig.

Er zijn tijdens de bevalling twee mogelijkheden:

- Een *ruggenprik* (epiduraal) zal gegeven worden op indicatie van de gynaecoloog. De anesthesioloog brengt op de geboortekamer een slangetje in uw rug waardoor de verdovende vloeistof gedurende de hele bevalling toegediend kan worden. De pijn van de weeën verdwijnt geheel of gedeeltelijk.

- **Remifentanil.** Remifentanil is een nieuwe pijnbehandeling tijdens de bevalling. Dit middel is in Nederland slechts in een beperkt aantal ziekenhuizen beschikbaar. Remifentanil wordt toegediend via een slangetje (infuus) in de arm dat vastzit aan een pompje met een drukknop, waardoor u zelf de hoeveelheid pijnmedicatie kunt bepalen. Een overdosis is niet mogelijk. Remifentanil werkt snel: ongeveer één minuut nadat u de knop indrukt is het effect merkbaar. Het middel is krachtiger dan pethidine.

Voor meer informatie verwijzen wij u naar de folder: '[Pijnbestrijding tijdens de bevalling](#)'.

### Uitdrijvingsfase

We spreken van volkomen of volledige ontsluiting als de baarmoederrand niet meer te voelen is. Het persen kan dan beginnen op voorwaarde dat het hoofdje is ingedaald, de vliezen zijn gebroken en u het gevoel heeft dat u moet persen. Het kan dus best zijn dat de verloskundige of arts u nog een tijdje laat zuchten, terwijl de ontsluiting volledig is.

Dit is om de uitdrijving niet te lang te laten duren.

De uitdrijving duurt bij een eerste kind ongeveer één uur tot anderhalf uur.

Het is belangrijk dat u goed naar de instructies van de verloskundige of arts luistert. Zij zullen u afwisselend laten persen en zuchten om inscheuren zoveel mogelijk te voorkomen. Soms kan het nodig zijn om de opening van de schede wijder te maken door er een knip in te geven. We noemen dit in medische termen 'episiotomie'. Dit gebeurt onder plaatselijke verdoving, evenals het hechten hiervan.

Om de schouders geboren te laten worden zal de verloskundige of arts u vragen om nog even te persen.

Dan glijdt het lijfje er meestal gemakkelijk uit.

Sommige baby's huilen meteen, anderen moeten even gestimuleerd worden om goed door te ademen. Baby's worden zelden roze geboren. De baby wordt op uw buik gelegd en met een warme doek drooggewreven. Na de eerste ademteugen wordt de baby mooi roze van kleur.

### Kunstverlossing

Soms kan het noodzakelijk zijn om een kunstverlossing te verrichten.

Er zijn daarin drie mogelijkheden:

- Zuignap (vacuümextractie).
- Tangverlossing (forcipale extractie).
- Keizersnee.

Er zijn verschillende redenen om te besluiten een kunstverlossing te doen:

- Een niet vorderende uitdrijving.
- Foetale nood; dat klinkt heel eng maar betekent dat het CTG laat zien dat de baby niet meer in optimale conditie is. In dat geval willen we de uitdrijving niet langer laten duren dan nodig is.
- Bij een niet vorderende ontsluiting kan alleen een keizersnede worden gedaan.

### Vacuümextractie

Bij een vacuümextractie plaatst de gynaecoloog een zuignap op het hoofdje van de baby. Als er dan een wee komt, kan de gynaecoloog de baby helpen geboren te worden.

### Forcipale extractie

Ofwel een tangverlossing. Dit gebeurt niet met een tang, maar met twee lepels die aan weerszijden van het hoofdje van de baby worden gelegd. Met behulp hiervan kan de gynaecoloog de baby ook helpen om geboren te worden.

Een folder over vaginale kunstverlossing kunt u krijgen op onze polikliniek en afdeling of downloaden van onze website [zgt.nl/verloskunde](http://zgt.nl/verloskunde).

## Keizersnede

Bij een keizersnede komt uw baby operatief ter wereld. Dit kan nodig zijn als de baby niet via de natuurlijke weg geboren kan worden, of als de conditie van de baby of moeder een snelle bevalling noodzakelijk maakt.

Een folder over de keizersnede kunt u krijgen op onze polikliniek en afdeling. U kunt deze folder ook downloaden van onze website [zgt.nl/verloskunde](http://zgt.nl/verloskunde).

## Nageboortetijdperk

Na de geboorte van uw baby, moet de placenta (moederkoek of nageboorte) nog geboren worden. Het hormoon oxytocine zorgt ervoor dat de baarmoeder samentrekt en daardoor de placenta loskomt van de baarmoeder. Het is belangrijk dat de baarmoeder goed samengetrokken is, want dit voorkomt veel bloedverlies. Nadat de placenta geboren is, wordt gecontroleerd of placenta en vliezen compleet zijn.

Als u al een infuus heeft voor het inleiden of bijstimuleren van de baring, krijgt u na de geboorte van uw baby een extra dosis oxytocine via dit infuus. Als u geen infuus heeft krijgt u oxytocine via een prik in het bovenbeen.

Het kan gebeuren dat de placenta niet spontaan geboren wordt. Als de placenta na een half uur nog niet spontaan geboren is, wordt gecheckt of uw blaas leeg is. Uw blaas wordt éénmalig geleegd via een blaaskatheter. Een volle blaas kan ervoor zorgen dat de placenta niet geboren kan worden.

## Manuele placenta verwijdering

Mocht de placenta na een uur nog niet geboren zijn, dan wordt de placenta onder narcose op de operatiekamer verwijderd. Ook als u veel bloed verliest en de placenta nog niet is geboren is, kan dit een reden zijn om de placenta operatief te verwijderen. Mocht u nog gehecht moeten worden, dan

wordt dat omdat u toch onder narcose bent ook direct gedaan.

De placenta wordt in de placentavriezer bewaard en als speciaal ziekenhuisafval afgevoerd. U mag de placenta ook meenemen naar huis.

## Hechten

Nadat de placenta geboren is, controleert de arts of verloskundige uw schaamlippen en perineum (het gedeelte tussen de vagina en de anus) of u bent ingescheurd. Ook kan het zijn dat er een knip (episiotomie) is gezet. Het is belangrijk dat scheurtjes en een eventuele knip netjes gehecht worden. Het hechten gebeurt onder plaatselijke verdoving en met veelal oplosbare hechtingen. Het komt voor dat iemand zover is ingescheurd dat de kringspier van de anus is beschadigd. Dan vindt het hechten onder narcose op de operatiekamer plaats.

Als u hechtingen heeft is het verstandig om de eerste keer te plassen onder de douche. Door vermenging van urine met water prikt het minder in de wond. Ook is spoelen de enige en goede manier voor de hygiëne rondom een scheurtje of knip.

## Na de geboorte

Direct na de geboorte wordt uw baby onderzocht. Mocht het nodig zijn, dan kijkt ook de kinderarts uw baby na.

Als uw baby geboren is, krijgt het direct een enkelbandje om waarop de voor- en achternaam vermeld staan.

Afhankelijk van uw medische indicatie en hoe de bevalling verlopen is, kunt u twee uur na de bevalling met ontslag.

## Voeding

Wellicht heeft u erover nagedacht en besloten welke voeding uw baby gaat krijgen, borst- dan wel kunstvoeding. Wanneer u nog geen keuze heeft gemaakt kunt u zich verder in beide soorten voeding verdiepen door de folders borstvoeding en flesvoeding door te nemen.

Deze folders kunt u krijgen op onze polikliniek en afdeling. U kunt deze folders ook downloaden van onze website [zgt.nl/verloskunde](http://zgt.nl/verloskunde).

Borstvoeding is voor zuigelingen de meest natuurlijke en meest geschikte zuigelingenvoeding. De lactatiekundigen van ZGT organiseren ongeveer één keer per maand een voorlichtingsbijeenkomst over borstvoeding.

Kunstvoeding is een goed alternatief.

Wanneer u kunstvoeding gaat geven zal de verpleegkundige u eveneens adviseren en begeleiden.

U hoeft niet persé in de zwangerschap al een keuze te maken, u kunt ook na de bevalling beslissen.

## De afdeling moeder en kind:

### Gezinsgerichte zorg

Wanneer u of uw baby na de bevalling opgenomen moet blijven ter observatie, wordt u overgeplaatst naar één van onze gezinskamers op de afdeling moeder en kind.

ZGT levert in het Moeder Kind Centrum zorg volgens het Family Centered Maternity Care principe en hanteert de visie gezinsgerichte zorg. Deze visie houdt in dat we het jonge gezin als eenheid beschouwen. Aan die eenheid leveren we gastvrije en op het gezin afgestemde zorg waarbij we uitgaan van een samenwerking tussen moeder, baby, gezin en zorgverleners: Moeder en gezin voeren samen met de zorgverleners regie over de gezinsgerichte zorgverlening. Dit houdt ook in dat uw partner de mogelijkheid heeft om te blijven overnachten op de gezinskamer en waar mogelijk kan participeren in de zorg rondom moeder en baby.

Eigen verantwoordelijkheid en keuzevrijheid van moeder en gezin worden gewaardeerd en gestimuleerd. De verschillende zorgverleners stemmen continu onderling af.

Indien uw baby extra observatie of speciale zorg nodig heeft, kan het zijn dat hij of zij een tijd in de couveuse ligt. Dit kan zijn omdat uw baby te vroeg geboren is, een laag geboortegewicht of andere problemen heeft. Ook deze pasgeborenen worden verpleegd binnen het gedeelte van de afdeling moeder en kind wat ook bekend staat als de Neonatologie. Natuurlijk blijft binnen gezinsgerichte zorg ook hier het gezin samen op een gezinskamer. Een neonatologie-verpleegkundige neemt dan de verzorging van uw baby op zich. De kinderarts zal uw baby dagelijks bezoeken en de behandeling eventueel bijstellen.

### Bezoek

Op de afdeling moeder en kind gelden geen vaste bezoektijden dit gaat in overleg met ouders en verpleging.

### Aangifte van geboorte

Binnen drie dagen na de geboorte moet uw baby zijn aangegeven bij de burgerlijke stand.

Voor het doen van aangifte kunt u via de website van de gemeente een afspraak maken of digitaal aangifte doen met uw DigiD.

Voor beide gaat u naar de website van de gemeente: [www.almelo.nl/aangifte-van-geboorte](http://www.almelo.nl/aangifte-van-geboorte).

Bij de aangifte van geboorte in het stadhuis neemt u mee:

- Geldig identiteitsbewijs van aangever en de moeder (paspoort, ID-kaart, rijbewijs of vreemdelingendocument).
- Als u dat heeft: een trouwboekje of een partnerschapsboekje.
- Als u niet getrouwd bent of geen geregistreerd partnerschap heeft maar het kind wel heeft erkend: een uittreksel van de erkenning van het kind. Is het kind nog niet erkend? Neemt u dan telefonisch contact op via (0546) 54 11 11.

- Als u dat heeft: akte van naamskeuze (als bij de erkenning van uw kind voor de geboorte is vastgelegd welke achternaam uw kind krijgt).

Vergeet niet uw baby ook aan te melden bij uw zorgverzekeraar.

### **Parkeren bij ZGT**

Bij de ziekenhuislocaties Almelo en Hengelo is ruimschoots parkeergelegenheid. De service en het onderhoud van het parkeersysteem brengen kosten met zich mee. Als bijdrage in deze kosten vraagt ZGT een parkeervergoeding. De eerste 20 minuten kunt u gratis uitrijden. Naast een vast uurtarief zijn er ook mogelijkheden om te kiezen voor een week- of maandkaart. Voor de tarieven verwijzen wij u naar onze website [zgt.nl](http://zgt.nl).

### **Weer naar huis**

De verpleegkundige vertelt u wanneer u naar huis mag. Zodra u dit weet, belt u het kraamzorgbureau om het definitieve tijdstip van thuiskomst door te geven.

De verloskundige die de nacontrole doet, stellen wij op de hoogte. Wij zorgen er ook voor, dat u een kraamoverdracht meekrijgt voor de verloskundige thuis en voor de kraamhulp, zij nemen de zorg over van het ziekenhuis.

Nacontrole bij de gynaecoloog is meestal niet nodig. Als dit wel noodzakelijk is, hoort u dit van ons voordat u met ontslag gaat.

In principe mogen u en uw baby op de dag van ontslag met eigen vervoer naar huis. Moeder en baby kunnen dan vanaf 10.00 uur opgehaald worden, tenzij anders is afgesproken.

Laat uw partner een rolstoel meenemen vanaf de hoofdingang als hij/ zij u op komt halen.

Uw baby moet vervoerd worden in een autostoeltje, bijvoorbeeld de Maxi-Cosi. Wij verzoeken u met klem om van tevoren te bekijken op welke manier de baby in het autostoeltje moet worden geplaatst en hoe het autostoeltje vervolgens in de auto moet

worden vastgezet. Dit is uw verantwoordelijkheid. Daarnaast is het belangrijk dat u zorgt voor voldoende en warme kleding voor uw baby tijdens het vervoer.

Wanneer u een keizersnede heeft ondergaan, zult u nadien ongeveer twee tot drie dagen in het ziekenhuis moeten verblijven.

Naast alle lichamelijke en emotionele veranderingen als kraamvrouw heeft u ook een buikwond, waardoor het herstel meer tijd nodig heeft.

Het advies geldt dan ook om aangeboden hulp van familie en/of bureu te accepteren, nadat de kraamhulp weg is. Probeer de eerste zes weken 's middags te rusten.

Tijdens uw kraambed gaat u kennis maken met de Ouder- en Kindzorg verpleegkundige. Zij zal contact met u opnemen voor een eerste afspraak op het consultatiebureau. Hier worden adviezen gegeven en controles uitgevoerd van bijvoorbeeld de voeding, ontwikkeling en inentingen van uw baby. Ongeveer vier tot vijf dagen na de geboorte wordt in het ziekenhuis of thuis bij elke baby de hielprik (PKU/CHT/AGS) verricht. Dit is een screening op stofwisselingsziekten. In de thuissituatie vindt dan tevens de gehoortest plaats. Uitgebreidere informatie vindt u in de folder die de burgerlijke stand uitgeeft bij aangifte van geboorte.

### **Begeleiding in het kraambed**

Als uw zwangerschapscontroles door de verloskundige of huisarts werden verricht dan zal deze u ook tijdens uw kraambed controleren. Was u tijdens uw zwangerschap onder controle bij een gynaecoloog dan kunt u het beste met hem/haar overleggen wie u na de bevalling thuis zal begeleiden. Dit kan de verloskundige of de huisarts zijn. Wij adviseren u om dit tijdens de zwangerschap al te bespreken.



## Vragen

Mocht u na het lezen van deze folder nog vragen hebben, uw gynaecoloog, verloskundige, verpleegkundige of huisarts is altijd bereid ze te beantwoorden.

## Algemene informatie

### Telefoonnummers

- ZGT (algemeen nummer): 088 708 78 78
- Voor zwangeren is onze afdeling verloskunde op de ziekenhuislocaties Almelo én Hengelo op één centraal nummer bereikbaar: 088 708 44 16
- Voor kraamvrouwen opgenomen op de afdeling moeder en kind: 088 708 35 53

### Meer informatie

Zie website [nvog.nl](http://nvog.nl) voorlichting NVOG voorlichtingsbrochures.

Zie ook website [zgt.nl/verloskunde](http://zgt.nl/verloskunde).

Wilt u meer weten over bevallen in ZGT? Kom dan naar de voorlichtingsavonden in ziekenhuislocatie Almelo:

Wij bieden:

- Voorlichting over de bevalling en gezinsgerichte zorg in het ziekenhuis.
- Voorlichting over het geven van borstvoeding.

Aanmelden kan digitaal via het aanmeldformulier op [zgt.nl/verloskunde](http://zgt.nl/verloskunde) (folders en voorlichting)